



eusemfronteiras

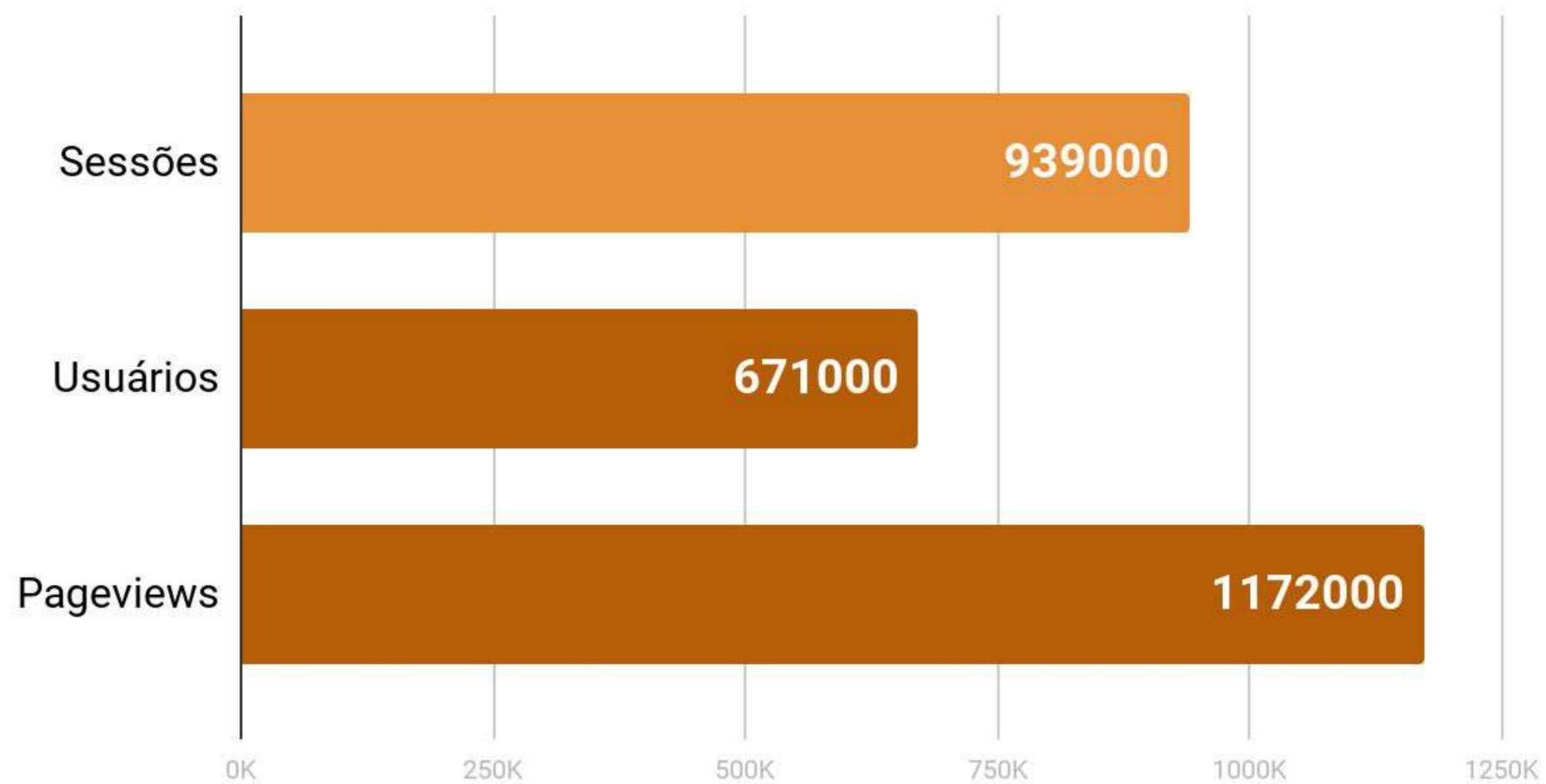
seu novo **portal**  
EQUILIBRAR  
RESTAURAR  
FORTALECER  
a saúde física, psíquica e espiritual

O site visa trazer informação sobre as mais variadas formas de manter e restaurar naturalmente a saúde física e psíquica do ser humano, resgatando sua essência saudável e feliz por meio do autoconhecimento e do equilíbrio energético, a força vital presente em todos nós. Acreditamos que existem muitas formas de se atingir esse objetivo cada vez mais procurado na atribulação da vida moderna, e desejamos partilhar com todos vocês, os mais variados assuntos relativos ao tema. Respirar, meditar, orar, alimentar-se naturalmente, cuidar do corpo e da alma. São diversos os caminhos. Cada um escolhe o seu, no seu momento de vida. Por meio de textos de especialistas em diversas áreas, terapias, técnicas e práticas, forneceremos ferramentas que auxiliarão nossos amigos a compreender melhor o comportamento humano e sua essência.

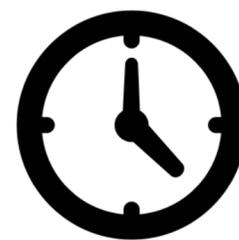
## **Aborda temas relacionados à visão holística do ser humano, como:**

Psicoterapia, Psicanálise, Programação neurolinguística, Yoga, Meditação, Diferentes tipos de massagens, Temas relacionados à inclusão social, Religiosidade, Medicina chinesa e oriental, Nutrição, Técnicas de harmonização e equilíbrio, Técnicas/tratamentos alternativos, Entrevistas e depoimentos

## Mensalmente



DURAÇÃO MÉDIA  
DE SESSÃO



**57 segundos**

# NOSSO PÚBLICO

**78% Mulher**  
**22% Homem**

## FAIXA ETÁRIA

- 29% de 45 a 54 anos
- 25% de 35 a 44 anos
- 18% de 55 a 64 anos
- 18% de 25 a 34 anos
- 5% de 18 a 24 anos
- 5% acima de 65 anos

## ESTADO CIVIL

- 43% casado
- 34% solteiro
- 20% divorciado
- 3% viúvo

## PERFIL GEOGRÁFICO

- 59% Sudeste
- 19% Sul
- 10% Nordeste
- 5% Centro Oeste
- 4% Norte
- 3% Exterior

## ESCOLARIDADE

- 51% - Nível superior
- 26% - Pós-graduação
- 17% - Nível médio
- 5% - Mestrado/Doutorado
- 1% - Nível fundamental



Energia e Equilíbrio >



Energia em Equilíbrio • Reiki  
A possibilidade de transformação através do Reiki



Chakras • Energia em Equilíbrio  
Você já ouviu falar em

Autoconhecimento >



Autoconhecimento • Psicanálise  
Psicologia do relacionamento humano



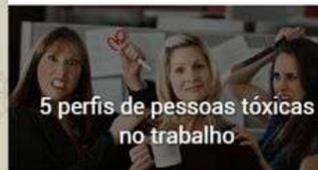
Autoconhecimento  
Relacionamentos: felicidade é estar junto

**ÓLEO DE ABACATE**  
O superalimento do mês na Mundo Verde.



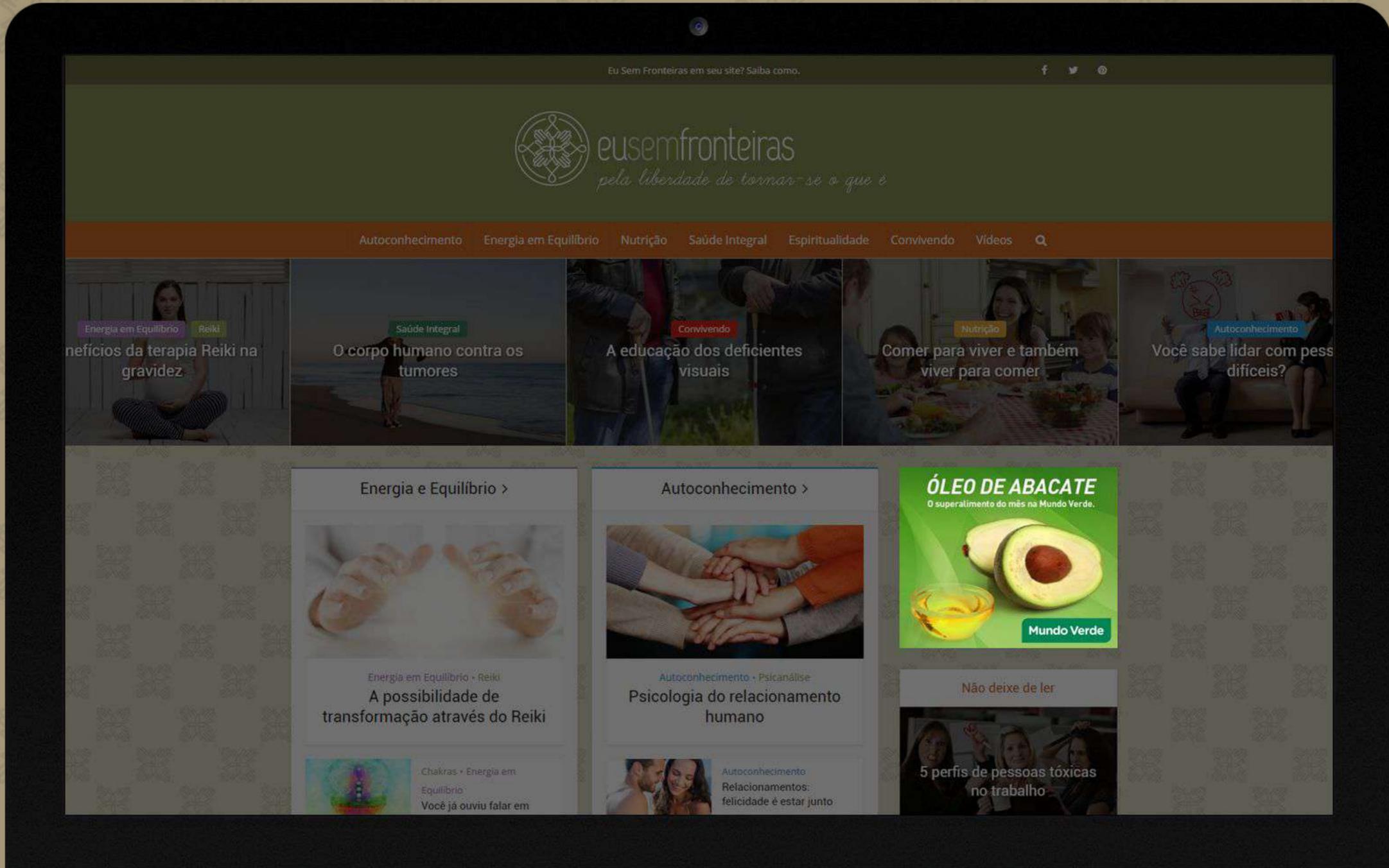
Mundo Verde

Não deixe de ler



5 perfis de pessoas tóxicas no trabalho

HOME PAGE



**ARROBA BANNER**



**PUBLIEDITORIAL**



**Mundo Verde**  
Você mais saudável!

**Categoria - Nutrição**  
Você é o que você come



Nutrição  
**10 alimentos afrodisíacos para melhorar sua relação sexual**



Nutrição • Receitas de Nazaré Uniluz  
**Combata a anemia e cuide da sua pele com um delicioso Sufê de...**



Nutrição  
**Nossa amiga: a banana!**



Nutrição • Receitas de Nazaré Uniluz  
**Batata com alecrim: uma receita para emagrecer com saúde**



Nutrição • Receitas de Nazaré Uniluz  
**Acrescente energia no seu dia com o rocambole de arroz**



Nutrição • Receitas de Nazaré Uniluz  
**Kibe de forno: uma opção mais saudável para seu cardápio**

**ÓLEO DE ABACATE**  
O superalimento do mês na Mundo Verde.



**Mundo Verde**



**Mundo Verde**  
Você mais saudável!

**Nutrição**

- Beleza Natural
- Crudivorismo (comida viva)
- Ervas e Chás
- Nutrição Antroposófica
- Nutrição Ayurvédica
- Nutrição Funcional
- Nutrição Naturalista
- Nutrição Orgânica
- Receitas
- Receitas de Nazaré Uniluz
- Transtornos Alimentares
- Ovolactovegetarianos

**Novidade**

A educação dos deficientes visuais

**BACKGROUND**

+18 mil  
e-mails



### Passe 2017 sem fazer compras

2017 só tem alguns dias ainda, mas você pode tomar decisões importantes, como deixar de comprar. O que você acha de deixar o consumismo de lado neste ano?

Que tal consumir com consciência?



Mundo Verde

### Os benefícios da granola

Você conhece os benefícios da granola? A Mundo Verde ajuda a desvendar esse mistério, além de te mostrar receitas ótimas para usar a granola!

Quais são as suas metas?



## Artigo patrocinado na Newsletter



[Veja através do seu navegador](#)

### Não faça planos para 2017!



Você tem o costume de fazer uma lista com metas para o ano que está começando? A nossa dica é deixar essa lista de lado e fazer outras coisas como meditar. Leia mais!

2017 e renovação



### Coloque sua vida em ordem

O ano já começou e a sua vida ainda está na mesma? Então está na hora de se mexer para trazer novas energias para este novo ano. Com pequenas atitudes no dia a dia é possível gerar um efeito na vida que você nem imagina.

Organize-se!

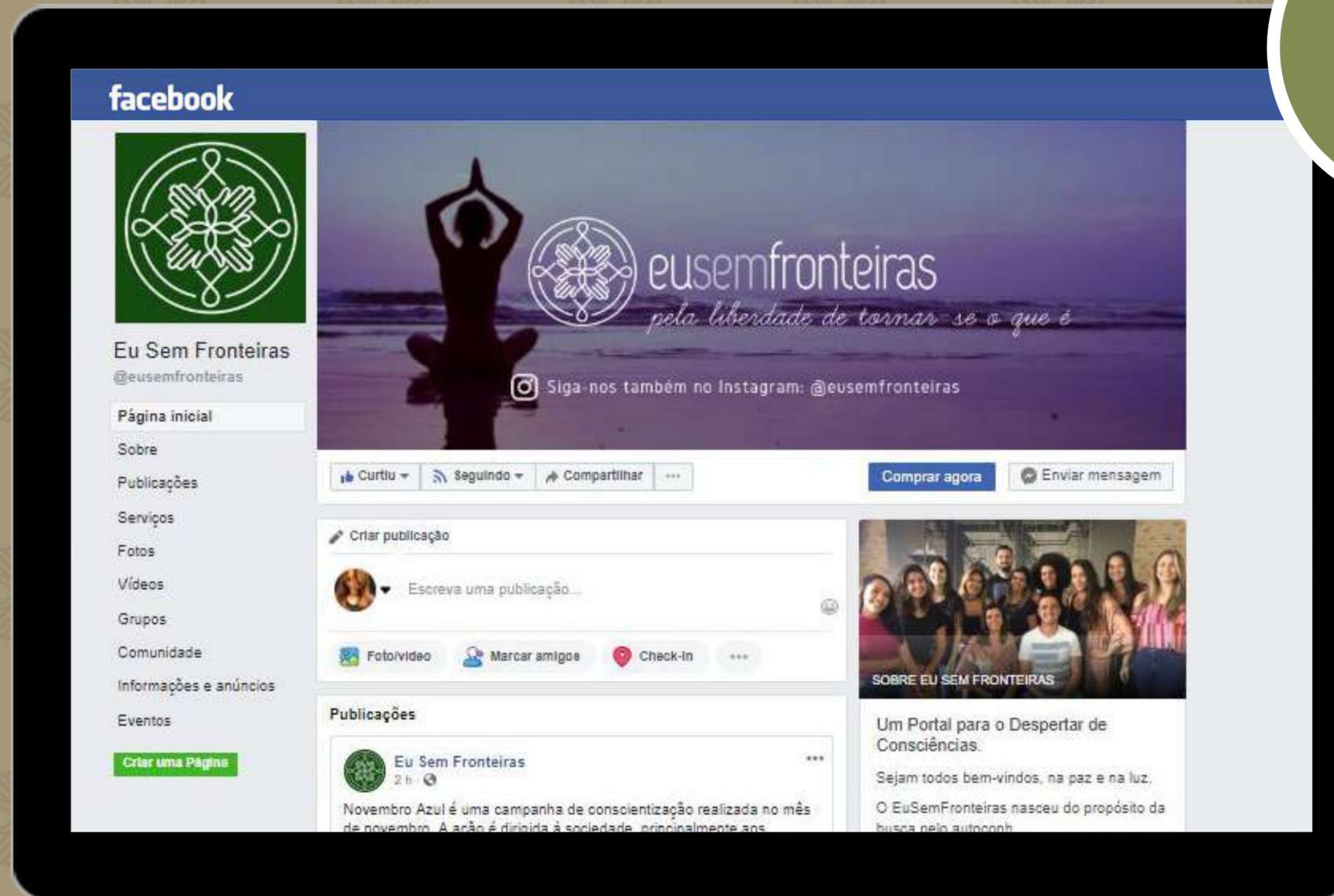


### Medite e comece o ano com pé direito

NEWSLETTER SEMANAL

CADASTRE-SE

**+20 mil  
seguidores**



**38,1 mil**

[@eusemfronteiras](#)



**1,9 mil**

[/user/eusemfronteiras](#)



**7,1 mil**

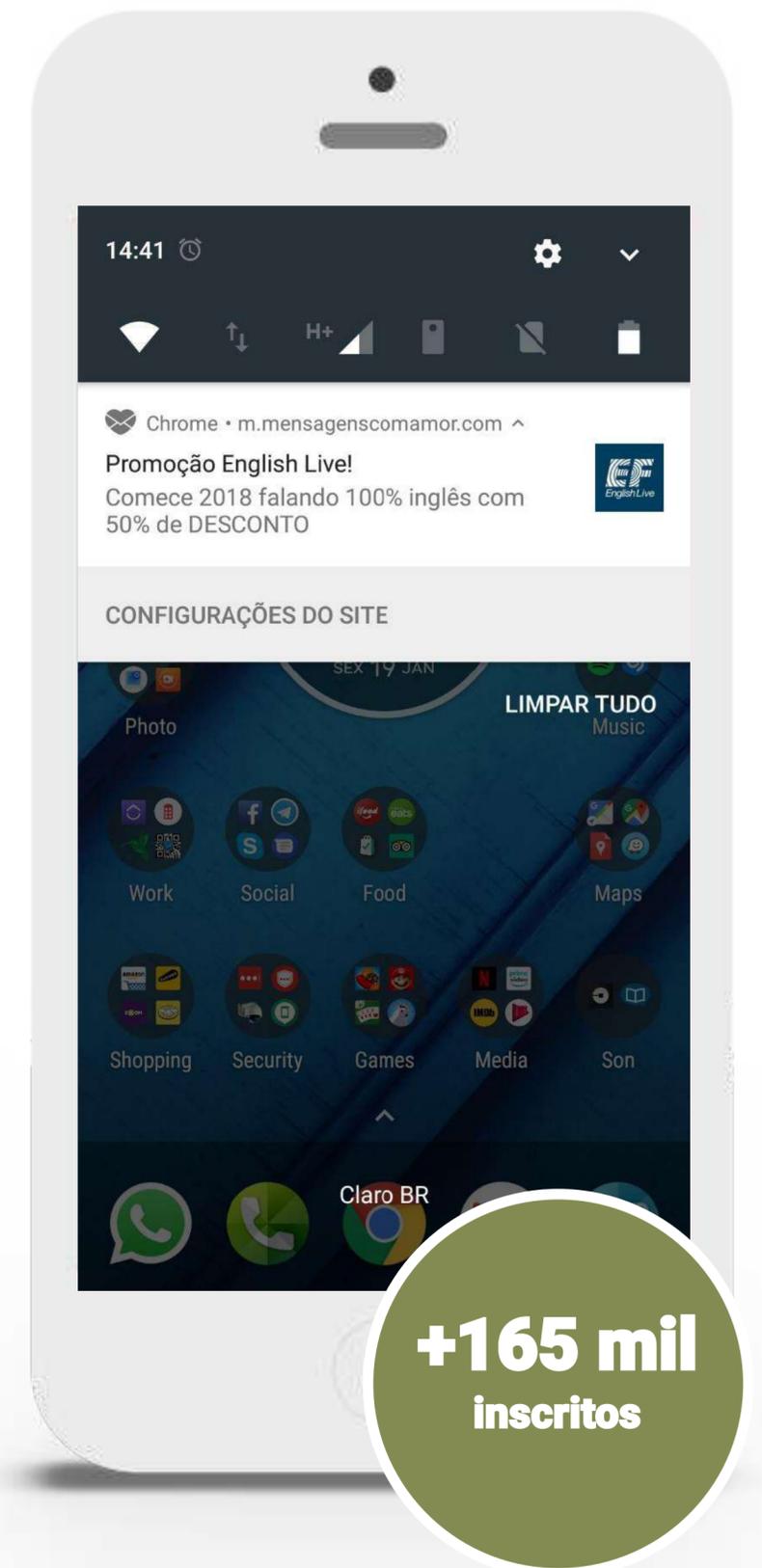
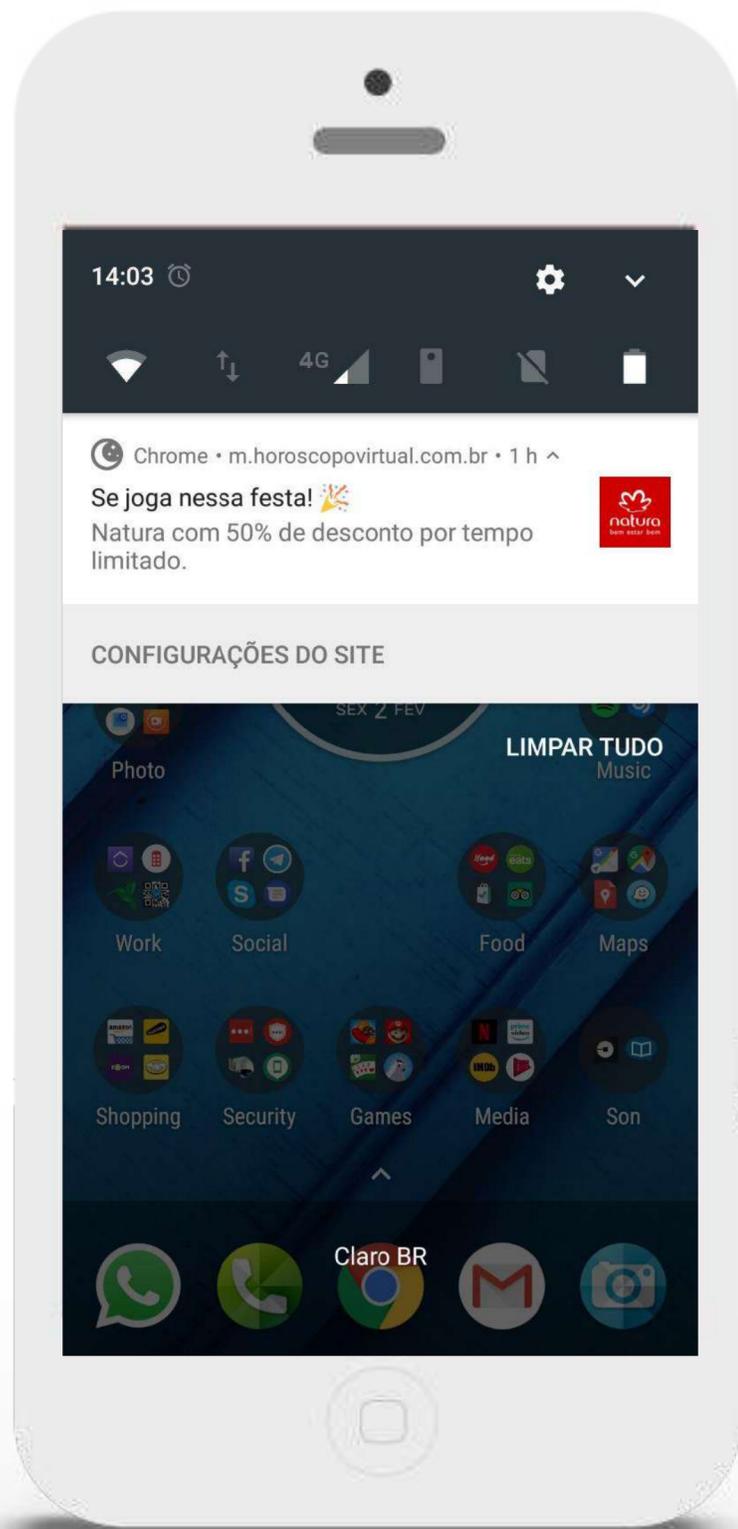
[/eusemfronteiras](#)



**400**

[/eusemfronteiras](#)

**REDES SOCIAIS**



**IVO REIS**

 [ivoreis@9giga.com.br](mailto:ivoreis@9giga.com.br)

 **55 11 4942-2299**



**EU SEM FRONTEIRAS**

Rua Formosa, 79 | sala 103

Rudge Ramos | São Bernardo do Campo

cep 09626-060 | [www.9giga.com.br](http://www.9giga.com.br)

